

Boite à outils Stage "oser le théâtre"



Les exercices proposés ci-dessous (occuper l'espace, développer la confiance, se recentrer) ont pour objectif de faire entrer progressivement les élèves dans le jeu théâtral. Si le texte de théâtre a été étudié au préalable selon la didactique du français, passer au jeu nécessite une sorte de sas, qui passe par le ludique, qui fera entrer plus sereinement les élèves dans un jeu qui engage le corps : la voix, le regard, les gestes, la posture, etc. Les activités suivantes (lire le texte, mettre en voix les répliques, mettre en espace) affinent la compréhension de la pièce de théâtre, influent sur les représentations mentales des élèves, et permettent d'ancrer au mieux des textes ou des répliques, forgeant ainsi une certaine culture littéraire. Enfin, l'ensemble des activités participent à la formation de la personne et sont des leviers non négligeables pour travailler l'estime de soi, la confiance en soi et dans le groupe, et améliorer le climat de classe en général.

OCCUPER L'ESPACE



Le radeau

Les élèves sont accueillis dans une salle dont on a poussé au préalable tables et chaises contre les murs. Ils sont invités à déambuler librement dans l'espace, sans se toucher ni se rentrer dedans. L'idée est d'occuper de façon harmonieuse l'espace. On imagine que l'on est sur un radeau : si un groupe est trop concentré à un endroit, le radeau coule. *Variations* : accélérer la vitesse de marche, ralentir, taper une fois dans les mains : les élèves s'arrêtent, deux fois : ils font demi-tour.

Objectif : au théâtre, on occupe tout son espace. Les élèves ne sont pas habitués à sortir de leur espace chaise/table. Ils appréhendent donc tout l'espace de classe, et en prennent conscience physiquement.

DEVELOPPER LA CONFIANCE



Guidage en binôme

Les élèves sont en binôme. Ils se placent l'un derrière l'autre.

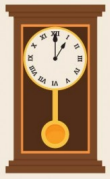
Celui qui est derrière place le bout de ses mains sur les épaules de celui qui est devant.

- * Si pression égale des deux mains, l'élève devant avant tout droit.
- * Si pression plus forte de la main droite, l'élève tourne à gauche. Et inversement.
- * Si on enlève les mains, l'élève devant doit s'arrêter.

Préciser aux élèves qu'ils ne doivent pas se rentrer dedans, ni heurter une chaise ou une table.

On fait cet exercice les yeux ouverts, puis les yeux fermés. L'élève qui est devant garde le bras le long du corps (s'il est bien confiance)

Objectif : appréhender l'espace les yeux fermés et développer la confiance en binôme. Au théâtre il est essentiel de pouvoir se reposer pleinement (les yeux fermés !) sur celui qui est susceptible d'être un partenaire de plateau.



Le balancier

Deux élèves se positionnent face à face. Ils sont en position "contrefort", c'est-à-dire les jambes décalées l'une derrière l'autre, légèrement pliées, le corps en avant, les bras tendus devant eux.

Un 3^{ème} élève se place au centre, il fait face à l'un des 2 élèves, et tourne donc le dos à l'autre. Ce 3^{ème} élève se positionne bien droit, les jambes légèrement écartées. Le but pour lui sera de se balancer en avant puis en arrière, en restant droit, en se laissant rattraper par l'un des 2 autres élèves qui l'accueille avec les mains et le renvoie doucement à l'autre. On fait l'exercice les yeux ouverts, puis fermés. On en mesure la réussite au fait que l'élève au centre se détende, les bras le long du corps...

Objectif : développer la confiance en ses partenaires de théâtre, détendre son corps



Le cercle

Tous les élèves se placent en cercle. Un élève se place au milieu, il tourne sur lui-même.

Puis se dirige vers un élève du cercle, qui l'accueille doucement, par les mains posées sur ses épaules, le retourne, et le renvoie à un autre endroit du cercle. On peut varier la taille du cercle, en faisant signe aux élèves de s'éloigner, ou de se rapprocher. Parfois on parvient même à déplacer le cercle sans que l'élève au centre ne s'en aperçoive. Il faut rester silencieux pour éviter tout repère sonore. Le but du jeu est d'empêcher la sortie du cercle. Un élève en confiance fait l'exercice (certains n'y parviennent pas) et s'il est bien en confiance, il aura les bras détendus le long du corps...

Objectif : appréhender l'espace et les distances, développer la confiance du groupe.

SE RECENTRER



Visualiser, Respirer

Les élèves sont debout ou assis.

Si debout : jambes écartées de la distance des hanches. On porte son poids sur le pied gauche puis sur le pied droit, plusieurs fois, doucement. On imagine des petits fils qui remontent le long du corps, qui partent du sol, passent doucement par les pieds, les jambes, qui remontent dans le dos, le ventre ... qui arrivent aux épaules, lesquelles deviennent lourdes et s'affaissent. Les fils descendent dans les bras, puis le long des doigts. Cela nous donne comme des petites fourmis dans les doigts, on secoue un peu les mains. Puis les fils remontent le long de la nuque, on détend sa nuque, on fait des cercles avec la tête (ça craque parfois un peu) puis les fils remontent vers le sommet de la tête et les cheveux. Tout notre corps est lourd, bien ancré dans le sol.

Si les élèves sont assis : on fait la même chose en les invitant à bien prendre conscience de leur corps en contact avec la chaise.

La voix de l'enseignant doit ici s'adapter : être douce et lente, pour favoriser la détente et la concentration.

Après cette visualisation par les petits fils qui aident les élèves à se repérer, on commence la respiration :

- une main sur le ventre, j'inspire de l'air par le nez, je gonfle le ventre (chose très inhabituelle)
- j'expire par la bouche, très doucement, et dégonflant le ventre
- on répète plusieurs fois à son rythme...

Si les élèves rient, les rassurer en disant que leur prof va bien (☺), et leur expliquer l'intérêt de l'exercice.

Objectif : la respiration –ventrale- sous-tend tout l'art oratoire, on habitue ici les élèves à en prendre conscience et à l'exercer. C'est une façon rapide de les recentrer sur eux-mêmes, de les calmer et cela favorise leur attention. On peut faire ces exercices à tout moment !

Sur la respiration vous trouverez des petites choses à cette adresse : (bon évitez peut-être le petit train avec les ados ☺)

<http://voix-corps-enseignement.univ-lyon1.fr/webapp/website/website.html?id=1448151&pageId=142280>



Méditer en pleine conscience

Exercice à faire assis ou debout. On peut passer par une phase de visualisation et respiration comme précédemment. On explique aux élèves qu'ils vont avoir un rapport complet et détaillé à faire sur un "objet" qu'ils vont devoir décrire à des extra-terrestres par exemple. On leur demande alors de fermer les yeux et de tendre la main. On place dans le creux de leur main un raisin sec par exemple, ou un m&m's ou autre chose (les m&m's quand j'ai les élèves de 12h à 13h et que seuls les estomacs s'expriment, c'est top ☺)

Ils doivent tout d'abord inspecter des doigts la surface de cet objet, l'analyser, l'imaginer. Puis on leur demande de le mettre à la bouche, et doucement d'analyser les textures, les saveurs, enfin de l'avalier et de voir ce qui se produit en soi. En général après ils ne voient plus du tout le raisin (ou autre) de la même façon.

Objectif : renforcer l'attention, c'est-à-dire le fait pour un individu d'être *ici* et *maintenant* avec le groupe, éveiller ses sens.



Jeu du ballon

Les élèves sont disposés en cercle. Ils vont devoir s'envoyer un ballon imaginaire. Ce ballon va changer de forme, de poids, de taille, ce qui influera sur la façon dont les élèves vont l'envoyer. On leur demande ainsi :

- de rattraper la balle qui leur est envoyée
- de l'observer pendant quelques secondes
- de la modifier (plus/moins petite, plus/moins lourde, plus/moins allongée...)
- d'accrocher du regard un autre élève
- de le lui envoyer (à la main, aux pieds, en l'air, en faisant rouler au sol...)

Objectif : les élèves travaillent ici l'observation, et la gestuelle.

LIRE LE TEXTE

Les activités suivantes ont toutes pour objectif de donner corps au texte.

Elles permettent aux élèves de faire une lecture vivante du texte, et de lire ensemble. Cela suppose à la fois de la concentration sur ce que l'on lit et l'écoute des autres.

Ce type de lecture permet de mettre aussi plus en avant la double énonciation : le personnage s'adresse à un autre personnage, mais également au public (voire la triple énonciation avec R. Zucco qui s'adresse parfois à toute la société !)

La première lecture peut être quelque peu mécanique, la répéter une ou deux fois permet de mieux accéder au sens du texte.



À l'unisson

Le texte est réparti en plusieurs parties

Chaque partie est lue par un groupe d'élèves qui lit à l'unisson.



En canon

Une partie du texte particulièrement significative peut être mise en avant et répétée par un groupe, pendant que les autres groupes font une lecture simple et "chronologique" du texte. Cette lecture peut être répartie en plusieurs groupes comme dans l'activité précédente. La partie répétée par le groupe se superpose alors aux autres parties lues. C'est le cas par exemple quand on met en place un chœur, qui répète certains extraits.

On obtient alors une polyphonie propre à certains textes de théâtre (comme la dernière scène de Roberto Zucco)



En enfilade liée

Sur une réplique assez longue

Un élève A commence à lire la réplique

L'élève B commence à lire doucement sur la fin de la réplique de l'élève A

Pendant quelques secondes élèves A et B lisent donc ensemble

L'élève A s'arrête progressivement, en baissant le ton

L'élève B continue... la procédure reprend avec l'élève C, et ainsi de suite.

METTRE EN VOIX LES RÉPLIQUES

Pour la mise en voix des répliques, il est nécessaire de délimiter un espace de fiction :

- on matérialise l'entrée dans l'espace de fiction : la porte d'entrée de la classe par exemple, mais cela peut être tout autre objet que vous avez sous la main.
- les élèves forment un 1/2 cercle : c'est l'espace où l'on prend son rôle, où l'on n'est plus élève



Articuler

À tour de rôle, les élèves entrent dans l'espace de fiction et :

- ils regardent l'ensemble du public OU s'adressent à un élève en particulier
- ils prononcent leur réplique en articulant chaque syllabe et en insistant sur les "e" muets



Projeter sa voix

L'enseignant demande aux élèves de projeter leur voix sans crier ; il peut pour cela se placer tout au fond de la salle : l'élève doit lui faire parvenir sa réplique comme s'il était derrière une montagne

On voit ici l'intérêt des exercices de respiration, notamment quand les répliques sont longues.



Dire avec une intention

Les élèves travaillent en binôme. Chaque binôme travaille la même réplique.

On donne quelques minutes afin que chaque membre du binôme prépare une intention différente pour cette même réplique. Une fois cette préparation effectuée :

- o on forme le cercle de fiction
- o les binômes entrent dans ce cercle, un élève puis l'autre,
- o ils s'adressent au public ou à un élève en particulier avec une intention particulière.

Exemple : "N'aies pas peur de moi, maman. J'ai toujours été doux et gentil avec toi"

- de façon froide et autoritaire
- avec mollesse, en étant désabusé, indifférent ...

L'intérêt est d'échanger ensuite avec les élèves sur ces différentes intentions : en quoi correspondent-elles, ou s'écartent-elles, de la représentation mentale qu'ils se faisaient du personnage. Forcer des intentions opposées peut ici donner des idées sur le personnage.



Accrocher son public

L'exercice est plus difficile car il s'agit d'accrocher un public qui peut être distrait. On montre alors aux élèves plusieurs techniques :

- 1- retenir l'attention grâce à la répétition :
 - ◆ prononcer un syntagme, le début de la réplique
 - ◆ attendre l'attention du public qui attend la suite de la réplique
 - ◆ répéter ce syntagme et poursuivre la réplique
- 2- accrocher le public par le regard : forcer le regard sur les différents élèves qui composent le public
- 3- commencer la réplique en modulant l'intensité de sa voix pour surprendre le public par exemple.
- 4- insister sur les marques de l'énonciation : "N'aies pas peur de moi, **maman**. J'ai toujours été doux et gentil avec **toi**"

On peut aussi essayer d'associer les 4 techniques.

METTRE EN ESPACE



Le mannequin challenge

Objectif : il s'agit ici de réaliser une mise en espace d'une scène de la pièce selon le procédé du Mannequin Challenge : une scène figée (comme un tableau) est filmée personnage après personnage.

Consignes élèves :

- les personnages doivent être identifiables à leur posture et à leurs accessoires
- le spectateur doit pouvoir comprendre la relation qui existe entre les personnages
- une action doit être présentée

Modalités :

- en groupe d'au moins 5 ou 6 élèves minimum, encore mieux en classe entière
- ne pas forcément restreindre l'espace de fiction
- la scène peut être filmée avec un téléphone portable
- la musique traditionnellement utilisée est celle du groupe Rae Sremmurd : "Black Beatles"

Il est possible de retrouver ces activités sous d'autres appellations ... et il existe beaucoup d'autres exercices de ce genre que l'on peut glaner ça et là en faisant une recherche sur internet. Après ... il ne faut pas hésiter à être créatif, le tout est de se lancer soi-même avec les élèves !

Carine Perrin, stage "oser le théâtre", mars 2017.
carine.perrin@lamache.org

